

## الباب الثامن

### استعمالات الموالح اليومية فى المنزل. وطرق تخزين الموالح فى صورة عصير وشرائح وقشور ومربات

ولكى يتحقق ذلك لابد من الحصول على الثمرة المكتملة النضج وغير معيوبه  
أومجروحة.

والطريقة المثلى للتعرف على الثمرة الناضجة على الشجرة أن تقطف واحدة  
وتذوقها لم تكن حلوة بالدرجة الكافية فتترك لفترة أطول. ويجب الأخذ فى  
الحسبان عند قطفها عدم جذبها بشدة بل يستخدم مقص الجمع. أما عندما  
نشترى الموالح من السوق فتراعى اختيار الثمرة الصلبة الثقيلة ولونها زاهى  
وسليمة تمامًا.

#### عصير الموالح الطازج :

تستخدم الموالح فى عمل عصير طازج مثل عصير البرتقال والليمون والجريب  
فروت وما يلى بعض هذه المعلومات التى تفيد فى هذا الاستخدام: -

- الثمرة فى درجة حرارة الغرفة العادية تعطى كمية عصير أكثر من الثمرة  
المحفوظة بالثلاجة.

- قبل قطع الثمرة للعصير تضغط بخفه بين اليد وسطح المنضدة ليسهل  
خروج العصير.

- لجعل عصير الموالح المحفوظ ذات رائحة أكثر انتعاشًا يضاف قليل  
من الليمون.

- عمل خليط من عصير أنواع الموالح المختلفة سوف يكون طعمه لذيذ:

### أفكار جديدة لاستخدام الليمون الطازج:

١ - يضاف عصير الليمون الطازج إلى شرائح الفاكهة مثل الموز والتفاح والكمثرى لثبات لونه.

٢ - يستعمل عصير الليمون أحياناً بدلاً من التوابل.

٣ - عصير ليمون الأضاليا إذا أضيف للمشروبات يزيد طعمه.

٤ - عصير الليمون يحافظ على لون الخضار إذا وضع في ماء الطهى.

٥ - يقدم عصير الليمون الساخن في الشتاء والبارد في الصيف.

٦ - ملعقة كبيرة عصير ليمون + بياض ٣ بيضات لعمل كريمة.

٧ - زبدة الليمون هي ملعقة كبيرة بقدونس مفروى + ملعقة مبشور قشر ليمون +  $\frac{1}{3}$  كوب زبدة.

٨ - يضاف ملح إلى عصير الليمون لتنظيف النحاس.

٩ - عصير الليمون مع زيت السلطة بنسب متساوية يلمع الموبيليا.

١٠ - عصير الليمون يلمع زجاج النوافذ أكثر.

١١ - إذا تم غلى شرائح الليمون في أواني الألومنيوم فإنها تزيل البقع وتلمع الأواني.

١٢ - الليمونة المقطوعة في الثلاجة تزيل الرائحة.

### تخزين العصير الطازج

يمكن تخزين عصير الموالح الطازج في ٤٠° إلى ٥٠° فهرنهايت في الثلاجة ولكنها تفقد رائحتها بعد يوم كامل أو يوم ونصف ويلاحظ أن: -

أ - عصير البرتقال بعد حوالي أربع ساعات يصبح طعمه به مرارة.

ب - لابد من تغطية العصير داخل الثلاجة حتى لا يلتقط أى رائحة.

- ج - قبل التقديم لابد من رج الوعاء لأن القلب يرسب فى القاع.
- د - ويمكن تجميد عصير الليمون فى قوالب الثلج أكثر من أربعة شهور بالفريزر.
- هـ - أفضل أنواع الليمون فى عمل العصير فى الجو الحار هو الليمون الأضاليا.

والموالمح الآن من الفواكه المستحبة فى جميع أنحاء العالم وهى غنية بفيتامين «ج» الذى يخلص الإنسان من نزلات البرد. وهو ضرورى لجميع أنسجة الجسم وخاصة الأنسجة الرابطة التى تمثل  $\frac{1}{4}$  الجسم وتجمع معا كل من البروتين والجلد والعمود الفقرى والعضلات والأوعية الدموية والعظام والأسنان كلها تدعمها الأنسجة الرابطة وفيتامين «ج» هو المادة التى تساعد على صلابة الخلايا وهذا جعلها مفيدة فى التئام الجروح وفى تثبيت الحديد فى الطعام. ويحتاج الجسم المكتمل النمو يوميا منه إلى ٤٥ مليجرام حيث أن يرتقاله واحدة تحتوى على ٩٣ مليجرام. وفيما يلى وصف تشريحي لثمرة موالمح:

- ١ - الجزء الأبيض الداخلى بعد القشرة يسمى الببدو.
- ٢ - الجزء الملون الخارجى يسمى فلافيدو.
- ٣ - الجزء العصيرى ويسمى اللب (وبه الأكياس العصرية).
- ٤ - النخاع وهو الجزء الأبيض حول المحور.

ونلاحظ أن أكبر جزء يحتوى على كمية أكبر من فيتامين «ج» هو الجزء الملون أسفل القشرة مباشرة أكثر من أى جزء آخر فى الثمرة. والجزء الأبيض الذى يليه يحتوى على كمية وفيرة من حامض الأسكوربيك أو فيتامين «ج» وأقل من الجزء السابق. ولكن أكثر من اللب ويحتوى كذلك على البكتين وهى المادة التى تساعد المربى والجيلى على التجلط. ولذلك تساعد الموالمح فى عمل المربى والجيلى وتستخدم فيها القشرة أولا لوجود البكتين الهام لحمايتها وثانيا لوجود الغدد الزيتية التى تعطى النكهة المميزة لكل نوع.

## عصير الليمون بديل للملح :

يحتوى الليمون على كمية قليلة من الملح (كلوريد الصوديوم) فعن الممكن أن يستخدم الليمون بديل للملح إذا منع الإنسان من الملح. فيوضع الليمون بدلا من الملح على جميع أنواع الشوربات وعلى اللحم المشوى. والسلطات الخضراء وعلى السمك عند تتبيله وقبل الطهى.

## استعمال قشر الموالح :

إن إضافة قشر الموالح للطعام يضيف للطعام نكهة لما فيه من زيوت عطرية وقشر الموالح هو الأساس فى عمل المربات. وبعد غسل الثمرة تمرر على مبشرة وتبشر الطبقة الملونة ويحفظ البشر أو القشور المقطعة فى علب بلاستيك أو أكياس نايلون ويجمد فى الفريزر.

ولتجفيف القشر يرص فى طبقات رقيقة فى صاج فرن، ويوضع بالفرن فى درجة حرارة ٢٠٠° ف لمدة ساعة أى درجة ٩٣ م ويخزن فى الهواء فى برطمانات محكمة.

## عمل المربى :

من أشهر المربات هى المربات التى تصنع من الموالح مثل البرتقال والناونج. ولكن الآن تقدم صنفاً جديداً من المربات وهى مربى اليوسفى التانجرين ويمكن الحصول عليه بسهولة.

## المقادير :

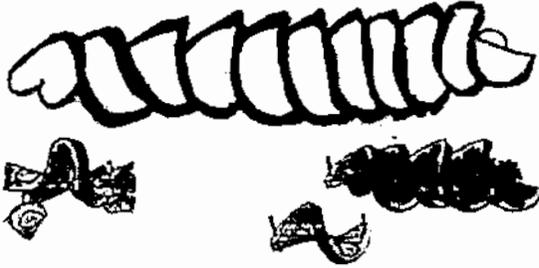
٦ ثمرات متوسطة - ماء للطهى - سكر.

## الطريقة :

بعد غسل الثمار (اليوسفى) تقطع بدون تقشير إلى أرباع. ثم تفصل الثمرة عن القشرة وتنحى الثمرة جانباً ويقطع القشر إلى شرائح رقيقة - يغطى القشر بالماء

ويترك على النار للغليان ثم الطهى بدون غطاء من ٢٠ إلى ٢٥ دقيقة ثم نصفها  
ونعير القشر حوالى ٤ أكواب تقسم لقسمين فى وعاء كبير. نزيل البذور من أجزاء  
الثمرة وتقطع كل جزء إلى أجزاء صغيرة ثم نعايرها ٤ أكواب ثم نضع السكر.  
بمعدل كوب سكر لكل كوب قشره وكوب سكر لكل كوب ثمرة تقلب جيداً لإذابة  
السكر إلى أن يصل إلى درجة الغليان وتطهى إلى مرحلة تكون الجيلى. ثم تصب  
فى برطمانات معقمة بالتسخين وتغطى فى الحال بزيت البرافين الساخن.

## استعمال الموالح فى الزخرفة والزينة



### عجلات الكارو فى شكل حلزونى

- ١ - نعمل قطعاً واحدة فى العجلة من الحافة إلى المركز.
- ٢ - تلف النهايات إلى الاتجاه العكسى.
- ٣ - نستعمل العجلات الملفوفة لعمل شكل مستمر حول لوحة أو وعاء مستدير.
- ٤ - نضع أول عجلة ملفوفة ونثبتها بعيدان الخلة.
- ٥ - تستمر فى اتجاه عقارب الساعة لبناء الشكل.
- ٦ - نثبت النهاية اليمنى للعجلة - تحت أول عجلة تاركين النهاية اليسرى.
- ٧ - يمكننا أن نجعل الشكل باللون الأخضر والأحمر أو نتركها بلونها الطبيعى.



## العجلات المزخرفة:

العرض التالي لعدة أشكال للزينة من الموالح:



مروحة



حلقة ملفوفة  
من الليمون



حلقة الليمون  
مع الفراولة



حلقة من  
البرتقال أبو دمه



حلقة من الليمون مع  
البرتقال أبو دمه



حلقات الليمون



زهرة



ممة القاضي



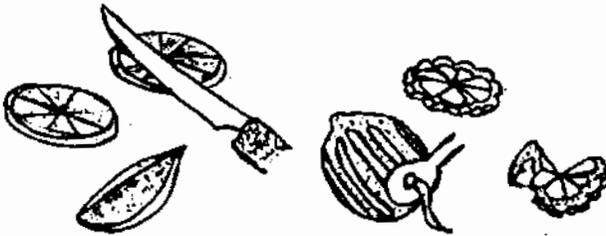
مع أوراق  
البتدونس



البتدونس  
والزيتون

## الحلقات المرفرفة:

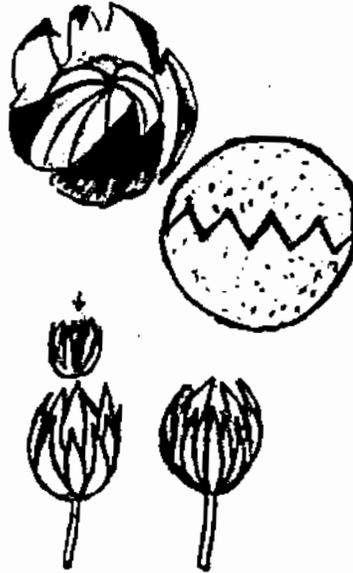
لتقشير الموالح بالطريقة المذكورة تستعمل آلة تسمى (زستر) وهي متوافرة في الأسواق.



- ١ - تمسك نهاية الثمرة من جهة الساق بواسطة الإبهام والوسطى.
- ٢ - نستعمل آلة الزستر في عمل القشرة على شكل (مقلم) بحيث تترك مسافة بين كل تقشيريه وأخرى.
- ٣ - تقطع إلى حلقات سميكة.

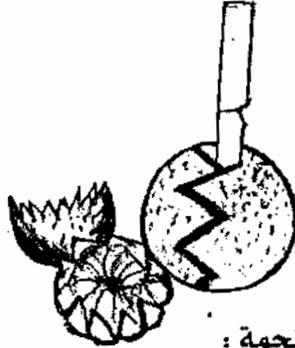
## أزهار الكريز:

- ١ - تستعمل ثمرة الجريب فروت والبرتقال والليمون وتغسل جيداً.
- ٢ - تستعمل طريقة القطع النجمي وتعمل الساق للزهرة باستخدام سلاكة الاسنان (خلة) بعد قطعها حوالى  $\frac{3}{4}$  بوصة.
- ٣ - تفصل قلب الثمرة من القشرة وتحجز لاستعمال آخر.
- ٤ - يزال اللب من القشرة بالأصابع.
- ٥ - تؤخذ اثنين من عيدان الخلة وتوضع بها ٢ من أزهار الجريب فروت ويضاف ٢ زهرة برتقال ثم الليمون الأضاليا.
- ٦ - تقطع غصن الزهرة الخشبي لاستعمالها ثانية وإذا كانت لن تستعمل فى الحال توضع فى كيس بلاستيك لتظل طازجة.
- ٧ - تحاط الزهور بالنباتات الخضراء.



## الزخرفة على شكل النجمة :

- ١ - تمسك الثمرة بالإبهام والوسطى من مكان العنق أو الفرع.
- ٢ - تعمل شكل فكين بتقطيع مسنن حول الوسط وتقطع حتى مركز الثمرة من الداخل وتنظف الأشياء المتخلفة من القطع.
- ٣ - تستعمل كلتا اليدين لفصل الفكين وتقطع خلال الجلد الذي لم يقطع بعد ثم تفصلها.



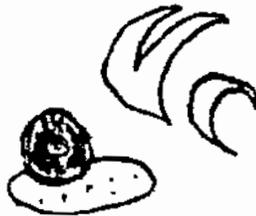
## الزخرفة على شكل كوب النجمة :

- ١ - تستعمل برتقالة أو جريب فروت.
- ٢ - نعمل قطع مسنن غير عميق.
- ٣ - تنظف قلب الجريب فروت وتترك فقط القشرة التالية للقشرة الملونة.
- ٤ - تملأ الكوب بالبرقوق - الأناناس أو البودنج أو أى شيء ترغبه من الفاكهة.



## الزخرفة على شكل أزهار الموالح :

- ١ - يعمل أزهار من الجريب فروت والبرتقال والليمون واليوسفى تتبع الآتى :-
- ١ - يقشر الجزء الخارجى للقشرة ربيعاً بحركة دائرية مستمرة.
- ٢ - توضع القشرة فى ماء يغلى لمدة دقيقتين لكى تكون أكثر ليونه.
- ٣ - لعمل زهرة نضع القشرة بحيث يكون الجزء الملون للداخل.
- ٤ - نبدأ بمركز الزهرة إلى الخارج ونلف ونثبتها بالخلة.
- ٥ - نستمر فى تشكيل الزهرة.
- ٦ - نضعها فى ماء مثلج لتثبيت الزهرة.
- ٧ - تقطع الزيادات الظاهرة من الإبر الخشبية المثبتة لأجزاء الزهرة. قبل ترتيبها كما موضح بالشكل.



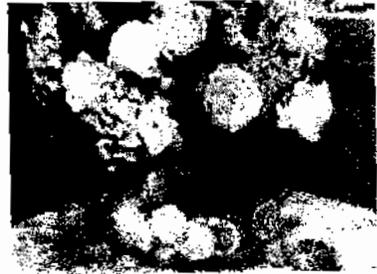
## استخدام ثمار البرتقال في تزيين المائدة



## أشكال لتزيين المائدة من ثمار الموالح



## استخدام ثمار وأوراق الموالح فى الديكور



عمل ديكور من قطع الليمون  
(شرائح ليمون فى شمعة)

